

**РЕЖИМ ДНЯ**  
(холодный период) на 2023-2024 учебный год  
для воспитанников с 12-часовым пребыванием

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ № 147

О.П.Бекирова

	вторая группа раннего возраста	младшая	средняя	старшая	подготовит.
Прием детей, инд. работа, дежурство, самостоятельная и совместная деятельность, игры	6.00-7.45	6.00-7.55	6.00-7.55	6.00-8.05	6.00-8.15
Утренняя гимнастика	7.45-7.50	7.55-8.00	7.55-8.03	8.05-8.15	8.15-8.27
Гигиенические процедуры	7.50-8.00	8.00-8.10	8.03-8.20	8.15-8.25	8.27-8.40
Подготовка к завтраку, первый завтрак	8.00-8.30	8.10-8.40	8.20-8.50	8.25-8.50	8.40-8.55
Самостоятельная деятельность, игры	8.25-8.40	8.35-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00	8.55-9.00
НООД № 1	8.40-8.49	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25	9.00-9.30
НООД № 2	9.00-9.09	9.25-9.40	9.30-9.50	9.35-10.00	9.40-10.10
Подготовка к завтраку. Второй завтрак	9.10-9.20	9.40-9.50	9.50-10.00	10.00-10.10	10.10-10.20
НООД № 3	-	-	-	10.10-10.35	10.45-11.15
Самостоятельная деятельность, подготовка к прогулке	9.20-9.50	9.50-10.00	9.50-10.00	10.35-10.45	11.15-11.20
Прогулка	9.50-11.20	10.00-11.45	10.00-12.00	10.45-12.25	11.20-12.40
Возвращение с прогулки. Подготовка к обеду	11.20-11.45	11.45-12.00	12.00-12.20	12.25-12.40	12.40 -12.50
Обед	11.45-12.10	12.00-12.20	12.20-12.45	12.40-12.55	12.50-13.00
Гигиенические и закаливающие процедуры, подготовка ко сну	12.10-12.20	12.20 -12.30	12.45-13.00	12.55-13.00	13.00-13.05
Сон	12.20-15.00	12.30-15.00	13.00-15.00	13.00-15.00	13.05-15.00
Постепенный подъем, гимнастика после сна. Гигиенические и закаливающие мероприятия	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15	15.00-15.15
Подготовка к полднику. Полдник	15.15-15.45	15.15 -15.45	15.15-15.40	15.15-15.30	15.15-15.30
НООД	15.45-15.54	-	-	15.30-15.55	16.00-16.30
Самостоятельная и совместная деятельность, игры, прогулка	15.55-18.00	15.45-18.00	15.40-18.00	15.55-18.00	15.30-16.00 16.30-18.00
ДОМА: возвращение с прогулки	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30	18.00-18.30
Ужин. Спокойные игры. Гигиенические процедуры	18.30-20.30	18.30-20.30	18.30-21.00	18.30-21.00	18.30-21.00
Ночной сон	20.30-6.00	20.30-6.00	21.00-6.00	21.00-6.00	21.00-6.00
Дневной сон	2 ч. 40 мин.	2 ч. 30 мин.	2 часа	2 часа	2 часа
Прогулка	3ч.30мин.	3ч.35мин.	4 часа	3ч.40 мин.	3ч.40 мин.
Непосредственно организованная образовательная деятельность	20 мин.	30мин.	40 мин.	50-75 мин.	1ч.30мин.